役に立たない

大全

平成 24 年度 参考作品集

まえがきに代えて　「役に立たない取扱説明書」の書き方

EI 科

このマニュアルは、福井工業高等専門学校 3 年生で国語の担当が中村先生。そして「役に立たない取扱説明書」の執筆に行き詰まった生徒のためのものである。これに該当しない者が読んでも問題はないが、十中八九役に立たないであろう。

まず、「役に立たない取扱説明書」を執筆、提出するにはパーソナルコンピュータ(*Personal computer*) と呼ばれる魔法の代物がなければいけない。幸いにも、情報処理演習室や e-ランニング室にはパーソナルコンピュータが常備されており福井工業高等専門学校の生徒なら誰でも使用することができる。個人で使用できるパーソナルコンピュータがない場合は、情報処理演習室などに移動するのが賢明だろう。

パーソナルコンピュータの目の前に立つ、座る、寝る、逆立ちするなどで無事にたどり着いたなら、パーソナルコンピュータを起動する必要がある。前述にて魔法の代物と書いたが、魔法使いでなくてもパーソナルコンピュータは起動できるので安心してもらいたい。だが、もし「魔法使いだったら、パソコン（パーソナルコンピュータの略称）ヤベーほど使えるんじゃね？」と思うのであれば、魔法の修行から入ってもらっても構わない。おそらく今までの常識が通用しない未知の世界が君を待ているだろう。

パーソナルコンピュータを起動できたら、OS（オペレーティングシステム）の選択が待っている。「役に立たない取扱説明書」は Word ファイルで提出なので、Word ファイルを扱うことのできる Microsoft Office Word を搭載した OS が好ましい。

OS が無事に起動し、Microsoft Office Word が立ち上がったら、もう何も怖くない。君を阻む障害はなくなった。君の思い描く、役に立たない誰のためにあるのか分からないマニュアルを存分に書こう！、となればいいのだが現実は甘くない。大抵、「何書いたらいい？」となるだろう。そこで大切なのが「テーマ」である。テーマといっても、その数は無限大であり、テーマがその人の個性を表すといっても過言ではない。それほどまでに大事なテーマだが、決め方は大雑把に投げやりの思いつきで良い。むしろその方が良いだろう。その方が驚嘆とするテーマ設定が出来るかもしれないからだ。ただし、公序良俗に反するような如何わしいものであったり、法律・学則に触れるけしからんテーマは御法度である。

当り前ではあるが、「役に立たない取扱説明書」の執筆は授業の一環であり、論理的文章の叙述に慣れるためのものである。特に読み手の想定、論理展開の手順、場合分けなどを考慮して執筆するのが好ましい。仮にもギャル文字（例. 役レ=立 T=T ょレヽ 取扱言兑日月書）など論文に相応しくない書式は避けるべきである。

テーマが決まり、論文執筆の心得を身に付けた君に残されたことはただひとつである。ただ、ひたすらに目の前に広がる白紙の Word を君の世界で書き尽くすだけである。早く書

けたなら一度中村先生に見せ、アドバイスを受けても良いだろう。提出期限ギリギリに出しても構わないが、一度見せた方が完成度は高くなる。当たって砕けろの玉砕精神で積極的に見せよう。きっと中村先生も熱くその思いに応えてくれるだろう。

以上で「役に立たない取扱説明書」の書き方は幕を閉じる。このマニュアルによって、一人でも苦しんでいる後輩が救済されることを切に願う。

かばんを担ぐ方法

E科

学生にとって荷物の運搬に必要なものは、かばんである。かばんが無ければ、手ぶらで通学するしかなくなる。ここでは、かばんの担ぎ方を説明する。

かばんを担ぐには、まず手元にかばんがなければならない。手元にある場合は問題ないのだが、ない場合は適当な店で購入する必要がある。また、説明内容がかばんの担ぎ方なので、手に持つもの、腰につけるものは購入対象から除外する。

購入したかばんがランドセルだった人は、自分が学生だという自覚が欠如している可能性があるため、小学生から人生をやり直したほうがよい。しかし、中古ショップなどに売り払って自分の周りから排除することを勧める。

かばんを購入したら、そのかばんが肩に掛けるタイプか、背負うタイプのものかを見極める必要がある。見極める基準として、肩掛けが一つの場合は肩に掛けるタイプ、二つの場合は背負うタイプであると判断して間違いないであろう。かばんにはスリーウェイバッグという、手で持つ・肩にかける・背負う、の三通りの携行方法があるものが存在する。しかし通学に用いるかばんでは、そこまで高性能なものは必要ないので、ここでは無視して考えることにする。

また、本来手に持つはずのセカンドバックを、背負って使っている人を稀に見かける。しかしながら、筆者にはその意図が理解しがたいものがあるので、筆者の前でセカンドバックを背負う行為はやめてもらいたい。

かばんが肩に掛けるタイプだった場合の担ぎ方は、次の通りである。まず、かばんを左右どちらの肩に掛けるかを決める。これは人それぞれなので、各々が好きに決めてよい。次に、かばんの真横に立つ。このとき、かばんは床に置いてある状態だと仮定する。そして膝を九十度近く曲げ、しゃがむ姿勢をとる。その姿勢を維持したまま、かばんを掛けるほうの手で肩掛けを掴み、肩の上に置く。最後に、膝を伸ばして立ち上がることでかばん

を担げるであろう。

次に、背負うタイプのかばんの担ぎ方を説明する。まず、かばんを肩紐が見える状態で床に置く。そして、かばんに背を向けるかたちで膝を九十度近く曲げ、しゃがむ姿勢をとる。姿勢を維持し、二つの肩紐にそれぞれ手を通し、肩紐を両肩に固定する。その状態のまま、膝を伸ばして立ち上がれば完了である。

この動作の途中で肩紐が千切れてしまったとき、使い古しのかばんの場合は諦めるしかないが、新品のかばんの場合は不良品の可能性があるため、レシートを保管しておく必要がある。レシートが残っていれば、返金してもらえる可能性があるからである。また、かばんに荷物を入れすぎて重くなってしまったときのために、日ごろから肉体の鍛錬に励むべきである。

以上のことを実行すれば、道行く人々に指を指されることなく通学できるであろう。毎日気持ちのよい登校をしてもらいたい。

髪が薄くなってきた場合の対策

E科

髪が薄くなるといってもその原因は、生活バランスや加齢など多くあるが、この場合は薄くなってからの対処法なのでこれには触れず薄くなる対処法を書いていく。

髪が薄くなる場合はだいたい、前髪からなくなっていくパターンであるが、これはたいていの場合同時に頭頂部からも浸食を始めており時期に連結を始め最終的に側頭部と後頭部の髪だけを残す。

対策としては、一つ目にスキンヘッドにしてしまうことである。これは「スキンヘッドは一瞬の恥」と言うように髪が無くなる前に剃ってしまうのである。スキンヘッドになれば印象が大きく変わること間違い無しで特に黒人で愉快な性格だと生存率を大幅に高めてくれる。注意点として日本人でいわゆるヤクザの場合高い確率でひどい目に遭うので該当する人にはお勧めできない。

二つ目の対策法として国籍を変えてしまう方法がある。これは日本以外の国ではそれほど髪が薄くなることで変に見られる事がないからである。特に中華人民共和国では女性に好感をもたれるらしい。注意点としてはこの方法を用いる場合日本国籍を失うのでそれがいやならお勧めしない。またこの方法を実行しようとする場合本当にそれをすることのメリットがデメリットを上回っていないかを考えて実行していただきたい。

三つ目の方法は肌の色を変えてしまうのである。前述したように黒人や白人が髪を薄くなっても容姿が良いのである。なので自分の肌の色を変えてしまうことによりあまり髪が気にならなくなるであろう。なお、この場合まれに顔のパーツの一部が外れてしまうことがあるが世界的スターにも同じ事が起こっているので特に気にすることはない。自分の今の肌が気に入っている場合この方法は避けた方が良い。

四つ目は適した職業を選ぶという方法である。適している物としてはまず帽子やヘルメットなどの頭を隠す事ができる物を常時かぶれる職業が望ましい。該当する物として野球選手などが挙げられるが、もし野球選手で髪が薄くなっている場合早急にスキンヘッドにする事が望ましい。そうしなければ活躍した時に輝いているとか眩しいというような言葉が連呼されるであろうことを留意していただきたい。

最後の方法として髪が薄くなるのを気にしないという方法がある。これは先にスポーツ刈りなどで事前に髪を薄くしておくと効果大でネタにもでき面白キャラとして通すこともできる。ただしこの方法の難点としては非常に精神的苦痛を追う場合もあるのでそれに耐えられるだけの精神を持っている必要があるという点である。

以上五つの方法から気に入った物はあったであろうか。髪が薄くなっている方は是非いずれかの方法を実践していただきたい。きっとすばらしい効果が得られることであろう。

手を洗う方法

E科

「手洗い」とは、手指を石鹸、消毒液などを併用し、両手を擦り合わせ水で洗い流す行為である。感染症の予防に大きな効果があるとされており、ここでは一般的に、汚れを落とす「手洗い」の一連の流れについての解説をするものとする。

まず、手を洗うにあたり、“どこまでが洗うことの対象となる「手」というべき範囲なのか”を明確にする必要がある。 洗う手の範囲が決まって、ようやく手洗いの舞台に立つことが出来るのである。 手の汚れ具合、汚れた部分、洗う環境などの条件によって、その範囲の決定、および長袖の服の場合には服をまくる位置を決定しなければならない。例えば、鉛筆の芯で手のひらを汚してしまった程度の場合、せいぜい手首までを洗えばいいので、よほど手洗いが下手で水を飛ばさない限りは服を捲る必要はない。以上の場合は、腕捲りをしないパターンとなるが、特殊な例としてこんな例も考えられる。手の汚れ具合を“毛が1本も確認できない程の金粉が皮膚に塗りたくられている”とし、汚れた部分を“指先から肘

関節まで"、洗う環境を"洗面所"とすると、洗う「手」の部分は指先から上腕二等筋付近までとなる。この時、服が長袖ならば服を無理矢理まくると、服の繊維にかかる力によって服が延びてしまうリスクがあり、服を脱いでしまったほうが服への負担は少なくなる。したがって、この場合は服を脱ぐ方が賢明と言えるであろう。ただし、服を脱ぐ場合には公然わいせつ罪に問われない程度に脱ぐことを推奨する。また、手洗い後に落とした金粉が洗面所について落ちづらくなる場合があるが、洗面所がお店の物であった場合、その店の清掃当番もしくは一番シタッパのものに睨まれる可能性は否定できない。洗面所が家の場合は素直に親に説教されるべきであろう。

次に、"使うべき薬剤"を決める必要がある。大抵の洗面所や手洗い場の場合、石鹸やハンドソープ、緑色の手洗い用薬剤が設置されている。薬剤が設置されている場所ではあまり使いすぎないように心掛けながら、手を洗うとよい。しかし、薬剤がない場合はＭＹ石鹸を使うか諦めて水洗いをする、もしくはオリーブオイル 500g に水酸化ナトリウム水溶液 57g と 精製水 17.5g と香料を適量加え、何分間か待ち、オリジナルの石鹸を作る方法も存在する。(水酸化ナトリウム水溶液を使う場合は危険なので、換気など安全確認には十分注意する。)

使う薬剤が決まったら、流水で軽く手を濡らした後、薬剤を手のひらに適量(一般に 3～5cc 程)とり、手のひらをあわせて次に手のひらと手の甲をあわせて擦る。(この時、留意点として、 高速で手のひらや手の甲を擦り過ぎた場合、泡立った薬剤が自分の服や他人にまでその薬剤が飛んでしまうため、注意が必要である。)次に両手を組むようにして指の間をよく洗い、その後、爪を手のひらに当て、爪の間も洗う。爪を洗い終わったら右の親指を左の手のひらでねじるように洗い、その後、左の親指を右の手のひらで同じように洗う(ここは順不同可である)。最後に手首まで洗い、泡を強めの流水で流すことで終了となる。(蛇口式の場合は節水を心がけ、手洗い後には蛇口の泡を落とすために手に溜めたきれいな水を開閉部に掛けるのが一般的である。)

以上が手の洗い方である。「手を洗う」という一連の動作の中には深みを感じられるものである。このマニュアルを読んだことを機に、オリジナルの手の洗い方を考えてみたり、オリジナルのＭＹ石鹸をつくることに挑戦してもらいたい。

涙を流す方法

E科

涙とは目の塁線から分泌される透明な体液のことである。生物の中で人間特有の現象として感情の発言として涙を流すことがある。ここでは 三つの人間が涙を流す方法を説明する。

一つめは欠伸をすることによって涙を流す方法である。三つの方法の中ではこれが一番簡単で、訓練を行う必要や痛みに耐える必要など無いので老若男女誰でも使える方法である。欠伸とは眠たいとき反射的に起こる、大きく口を開けて深く息をする呼吸動作の一種である。欠伸が行われると顔の筋肉が大きく動き、 涙が溜まっている涙のうという袋が押し出され涙が出る仕組みである。だれでも使える簡単な方法ではあるが、仕組みが述べたとおりであるため、涙のうに涙が溜まっていなければ涙が流れないこともある。また、人前で涙を流すため欠伸を行うと礼儀を失することになるため人前ではあまり推奨することはできない。

二つ目は体に刺激を与える方法である。刺激とは生物に作用して特定の反応を引き起こす要因のことである。特定の反応とはここでは涙を流すことだけとする。涙を流すための刺激には程よい刺激ではなく人がびっくりするほどの刺激が必要となる。例えばタンスの角に小指をぶつけたとき、顔の鼻などにボールがぶつかったときなどの痛みや刺激が涙を流すために必要となる。涙を流すための刺激とは、涙を流す本人が耐えられない痛みであることが必要である。この方法は体が傷つく可能性があるため体が弱い人には推奨することはできない。また涙を流す以外の刺激、例えば痛みなどが涙を流すのと同時に感じるため涙だけ流したい人にはあまり適していない。

三つ目は感情を利用して涙を流す方法である。ほとんどの役者や俳優はこの方法を利用して涙を流している。涙がでる感情には二つある。一つ目は感動したときの感情である。感動とはある物事に対し深い感銘を受けることである。感動の感情を利用して涙を流すには、自分が人生で感動したとき事を思い出すなどの方法があるがこれには練習が必要となるため素人には難しい方法である。二つ目は悲しみの感情である。悲しみとは脱力感、失望感、挫折感を伴い、胸が締め付けられるといった身体的感覚が起きる現象である。悲しみの感情を利用して涙を流す場合、悲しいことを考えなければならないが、それは本当に悲しいことを思わなければならない。物を失くした程度の悲しみでは涙はでない。人生において一度あるかないかの悲しみを想像したり思い出したりしなければ涙はでない。これも練習が必要となるでの素人には難しい方法である。

これらの方法が涙を流す方法である練習が嫌な人は一つ目の欠伸を利用した方法を推奨する。

二つ目の刺激を利用する方法もあるが、この方法は準備や覚悟が必要となるのであまり使いたがる人は少ない。自分の好きな時、自由に涙を流したいのであれば三つ目の感情を利用した方法を推奨するが、練習が必要となるため根気が必要となってくる。

これら三つが涙を流す方法である。どれも利点と欠点があるため、自分の状況に応じて自分に合った方法で涙を流すことを推奨する。

卵焼きの作り方

E科

卵焼きとは、「厚焼き卵」とも呼ばれる溶いた鶏卵を調理器具で焼きながら巻いて筒状にした日本料理である。日本で暮らしているならば、ほとんどの人が知っていて食べたときがあるはずである。

最初に一般的な卵焼きを作るには生卵の殻を割り皿に入れる。次に生卵の中身を箸などでかき混ぜる。そして、溶いた卵を焼くために必要なのが、フライパンと火である。火はガスコンロなどを使う。フライパンにガスコンロで熱を通し、油をひき、溶き卵を入れる。そして、片面が軽く固まったら端から巻いて火を消して、皿に盛りつけて完成である。この一般的な作り方にもっと工夫することですばらしい技術など必要なくもっとおいしく作ることができる。

まず新鮮な卵選びから始める。方法としては１つに塩水につけて見分ける方法がある。容器のなかに水を入れ、塩を溶かす。その中に殻のついた卵を入れてみて沈んでいるものは新鮮で、水面近くまで浮いているものは沈んでいるのと比べて古い卵と判断できる。２つめの方法として卵を割ったときに黄身の周りの白身が少し濁っていて盛り上がっている粘り気の強いほうが新鮮で時間が経過するとともに水っぽくなっていくので水っぽいのは古い卵と判断できる。ちなみに卵の保存方法としては冷蔵庫が望ましい。次に卵は匂いがつきやすいので、フライパンの前に作った残りの料理に影響されてしまうので、卵焼き専用のフライパンを持つと良い。調理用具としては卵焼き用の四角い卵焼きがあり、角型なので、卵を巻くときに便利である。生卵をかき混ぜるのは、黄身と白身が均等に混ざりあうくらい混ぜると焼いたときに黄身と白身の偏りが少なくなるので、多くかき混ぜてから焼くと良い。そして、フライパンに溶き卵を入れるが、全部は入れずに、半分より少し多く入れる。これは、全部溶き卵をいれてしまうと、なかなか固まらず幅が厚くなって巻けなくなる可能性があるからである。半分より少し多い溶き卵が片面が固まって巻いたら、溶き卵の残りをフライパンに投入する。ここで、投入するときは巻いた卵の上にかけるのではなく、フライパンの何もないところと、巻いた卵の下に溶き卵を入れて焼く。最後にまた巻いて、皿に盛り付けるともっとおいしくなると思う。味付けにおいては、人それぞ

れである。なので、ここでは卵焼きにあう調味料を紹介する。調味料は、有名なもので、砂糖、醤油、塩などがある。これらの調味料は、卵を溶いている最中に入れることででき あがりも均等に味がいくようになる。他にもめんつゆやみりん、だし巻き卵には出汁が必要である。

このように卵焼きは有名な料理だけれども、卵から、調味料、調理用具まで工夫をすることで、今までに作ってきた味と変わり調味料の入れ具合や何を入れるかによって、味が同じになることなく楽しめる。卵焼きでは、そんなことが可能でこれを読んでくれた人は「Japanese Omelette」とも呼ばれる自分の味を見つけられるであろう。

[参考文献]

・【卵の見分け方】・プラス卵
URL: http://plus-tamago.net/b02miwakekata.html
・卵焼き ・Wikipedia
URL: http://ja.wikipedia.org/wiki/%E5%8D%B5%E7%84%BC%E3%81%8D

ポケモンで対人戦で勝つ方法（基礎編）

E科

ポケットモンスターとは「ポケットモンスター」（以下ポケモン）という不思議な生き物が生息する世界において、ポケモンを自らのパートナーとしてポケモン同士のバトルを行う「ポケモントレーナー」達の冒険を描くRPGである。主人公（プレイヤー）は、ポケモントレーナーとなり世界を旅することになる。ゲーム内に存在する他のポケモントレーナー との対戦を多数交え、ジムバッチを集めることでポケモンリーグの出場条件を得て、ポケモントレーナーの頂点を目指す。また、多くのポケモンを捕まえることでポケモン図鑑の完成を目指すなどの目的がある。片田舎に暮らす主人公が各地を旅し、ライバルとの対決・さまざま な街での人々との出会い・ポケモンとの出会いと育成などのストーリーは、少年・少女時代の思い出に近いなど大人でも楽しめる深いものでもある。さらに、友達と対戦したりポケモンを交換できる通信機能がある。

現在ポケモンシリーズの本編に当たるRPGは「赤・緑」系バージョン（以下初代）、「金・銀」系バージョン（以下第二世代）、「ルビー・サファイア」系バージョン（以下第三世代）、「ダイアモンド・パール」系バージョン（以下第四世代）、「ブラック・ホワイト」系バー

ジョン（以下5世代）が発売しており、2011年現在で同タイトルを冠したゲームソフトの販売本数は、全世界で2億3000万本以上に達する。本シリーズのみの場合は2011年時点での最新作、ニンテンドーDS『ブラック・ホワイト』までの17作品で1億6000万本以上となる。

また、第五世代からはニンテンドーWi-Fiコネクション（以下wifi）を利用した全世界規模の通信が可能となり世界中の人々と対戦や交換を行うことが可能となっている。

今回はその中の対戦についてのマニュアルになる。よって、読者がポケモンの第五世代シリーズのゲームを所持し、なおかつwifiもしくは友人との対戦を行う場合を想定したマニュアルであることを理解していただきたい。また、このマニュアルはゲームの話になるため興味のない方の時間を大幅に消費してしまうので注意してほしい。

対戦を行うにはまずパーティの構築を考える必要がある。これがうまく出来ていないと最悪の場合何も行うことができないまま負けてしまうことがある。

構築についてはまず、ポケモンの役割について考える必要がある。役割は主に「攻撃（アタッカー)」「受け」「サポート」の3つに分けられる。

攻撃役の弱点を補完する形で受け役を組み込むことで、バランスの良いパーティが構築できる。攻撃は、速攻型や積み型などが有り高火力の技を持ち攻撃範囲の広いポケモンが好ましい。速攻型に該当する主なポケモン、サザンドラ、メタグロス、アーケオス、ゴウカザル、ゲンガー、ユキノオーなどが挙げられ、積み型にはウルガモス、オノノクス、ギャラドス、パルシェン、ローブシンが該当する。

受けには物理受けと特殊受け、両受けがあるがシステムの関係でどちらか一方に特化しておいたほうが良いだろう。

「サポート」はその名の通りにパーティ全体のサポートが主な役割となる。相手のステータスを変化させたり、場の状態を変えたりと「サポート」はバトルをより有利に進める為の重要な役割となる。「受け」と「サポート」のポケモンについては調べればすぐに出てくるので省略する。このパーティの構築を簡単にまとめてしまうとまず、「攻撃」の役割を持つポケモンを2～3体決めそのポケモンのタイプ相性を考え「攻撃」の弱点になるタイプの攻撃を受けれる「受け」のポケモンを2～3体用意し、バランスを考えて「サポート」の役割を持つポケモンを入れると戦いやすいパーティが組める。これをバランス型とする。あくまで1つの例でありポケモンの相性補完や戦術、流行のポケモンなどによりパーティの形は人それぞれの形になる。パーティの構築には基本のバランス型の他に代表的なもので天候パーティと呼ばれるものがある。天候パーティは、砂、雨、晴、霰の種類がありこの天候を活かして有利に戦いをすすめるものである。この中で砂と雨は対策できるポケモンを入れておかないとアッサリと負けてしまうので注意したい。

パーティの構築が決まったら次は個々のポケモンの型（どのような技を持たすか道具を持たせるかなど）を考えて育成することが重要である。

この時に重要になってくるのがポケモンの「種族値」、「性格」、「個体値」、「努力値」であ

る。簡単に説明すると、「種族値」はポケモンの種類毎に設定された強さの数値であり、例えばサンダースは素早さの種族値が高いため、素早さが高く育つなど卵から生まれる前や野生のポケモンを捕まえる前に予め決められた値のことを指す。アニメで定番のピカチュウを使用する場合は「種族地」が 300 しかない（現在 wifi で強いといわれているポケモンの「種族地」は 600）ので十分に注意して使用したい。「性格」は 2 つの能力値に影響を与える要素で「性格」によって能力が 1.1 倍に変化したり 0.9 倍に変化する。例えば「おくびょう」という正確ならすばやさが 1.1 倍になりこうげきが 0.9 倍の補正がかかるため速攻型の特殊アタッカーによく用いられる「性格」である。「性格」は卵を受け取った時や、野生で出現した時に決定される。「性格」にはどこにも補正のかからないものもあるので事前に調べておくことをおすすめする。「個体値」は「HP」～「すばやさ」の能力値に影響を与える 32 段階（0～31 の数値で表す）の数値。この数値が高いほどより優秀な個体だと言える。この値は卵を受け取った時や、野生で出現した時に決定される。「努力値」は敵を倒した時にもらえるポイントのことで「HP」～「すばやさ」の能力値に影響を与える数値で一つの能力につき 255 振ることができ全体で 510 振ることができる。例えば「コラッタ」を一回倒すと「すばやさ」に努力値が 1 入る。この努力値の調整によって同じポケモンでも全く用途の違うポケモンを育成することができるのでこの中では一番重要であるといえる。「努力値」の調整を間違えてしまうとせっかく、見つけた優秀な個体を再び見つける必要があるので要注意である。

結局のところここまでは対戦が始まるまでの下準備なのでここからが重要である。ここからは勝つための「立ち回り（プレイング）」とそれを実行するための「読み」の話になる。

対戦中はパーティ構築時にできた穴以外の「負け筋」をなくすために相手がどのような動きをするのかを「読み」、攻撃するのか交代するのかを考えて行っていくことになる。このことを「立ち回り」といい「勝ち」を近づける立ち回りを「いい立ち回り」、「負け」を近づける立ち回りを「悪い立ち回り」という。

自分が、ポッポとイシツブテを持っていて相手がピカチュウとフシギダネを持っている状態でポッポ vs ピカチュウになった場合を考える。この場合ポッポが飛行タイプの技を打つとピカチュウに対しては効果は今ひとつのためあまりダメージが入らないがピカチュウが電気タイプの技を打つとポッポに対して効果が抜群のため最悪の場合死に至ります。この時素直に攻撃することは「悪い立ち回り」のため負けに大きく近づいてしまう。

そこで「ポケモンを交換」するという選択肢が出てくる。イシツブテは、電気タイプの技を無効化する「地面タイプ」であり、それに加え、地面タイプの技は電気タイプに抜群となり相手を倒すことができる。これで、次のターンからは有利に戦いをすすめることができる。すなわち「良い立ち回り」になる。この動きを「読み」である。

しかし、相手もイシツブテに交換することを読んでいる可能性がある。

交代を見越して相手がフシギダネに変更してきた場合、イシツブテは相性が悪いため再び交換する必要がある。しかし、また相手がそれを読み交換してくることも考える必要が

ある。このあたりの「読み」は相手との心理戦になるので省略する。交代が行われるタイミングは大きく分けて3つある。1つはタイプの有利不利があるときである。これはジャンケンで考えるとわかりやすく自分が「パー」相手が「チョキ」の場合通常のジャンケンならば負けが決まってしまうがポケモンでは「グー」に相当するものを出すことができ有利を取ることができるということである。2つめは先手後手による有利不利によるもので、ポケモンの素早さの関係でどうしても勝てなくなった場合別のポケモンで相手をする必要がありそのときの交換を読むことである。3つめは技による交換強制力である。これはもしピカチュウのHPの残量が5しかないときポッポがでんこうせっか（相手より先に攻撃できる技）を持っていた場合タイプ的に有利であってもピカチュウが倒されてしまうことを避けるため交換を行う可能性が出てくることを言う。全てに共通するのは不利な状況を少しでも有利にするために交換するということ。これは、相手にも同じことが言えるため、相手の心理を上手く読んで対戦を円滑に進めることが重要になる。

最後に、勝っても「やったー」、負けても「あー残念だったー」くらいで落ち着くのが一番。

負けてもキレてはいけません。

以上がポケモンで対人戦で勝つ方法の基礎である。ここまでを理解できていればもう一人前のポケモントレーナーといえだろう。まだほかにも色々と戦略や育成についても残っているが今回はこれで終りにしたいと思う。それでは、みんなでポケモンゲットである！

バイオハザードから生き残る方法

E科

バイオハザードとは、本来「生物災害」という意味である。身近な事例としては、インフルエンザが低レベルな「バイオハザード」といえよう。しかし、世間一般では、バイオハザードといえば、某映画の影響で、世間一般の者はゾンビウイルスによる災害のみのことを指すと考えていると考察される。そこで、ここでもバイオハザードをゾンビウイルスによる災害という意味にしておく。

大抵の者は、「バイオハザードなど夢物語だろう」と一蹴する。確かに世界中で短期間にウイルスが伝染し、さらにそのウイルスが人間をゾンビ化させる物となれば、自然界において、まず起きることはない。しかし、それは「自然」においてである、「人工」となって

くると、話はかわってくる。肝心のゾンビウイルス自体も某国では、すでに試験段階のものがつくられており、世界的感染もテロにより発生することは否めないことである。世界的にテロが横行している現在において、バイオハザードを夢物語と一蹴することは、できないのである。そこで、ここでは、バイオハザードで生き残る方法について説明していく。

まず、バイオハザードで生き残る上で最も重要のことを述べておく。それは、バイオハザードに備えての事前準備である。基本的なことだが、非常に大事なことである。事前準備の有無は生死を決すると言ってもよい。もしも、事前準備をせずバイオハザードを迎えたのなら、武器もなくゾンビに対処出来るか。否、出来ない。不可能である。武器は都合よく道端に落ちてなどいない。おそらく、ゾンビに噛まれた者は、武器を持っていないことを酷く後悔することなる。後悔しないためにもしっかりと事前準備をしておく事が大切である。それではどのようなものを準備すればよいか、説明していく。食糧に関しては、長持ちし、栄養価の高いものならどのようなものでもよい。しかし、武器に関しては、熟考した上で選ばなければいけない。なぜならば、自分の命を守っていく非常に重要な物となってくるためである。ここで考えるべきことは、どのようにゾンビを排除するかということである。ゾンビには痛覚はなく、部位欠損、破壊されても、機能が停止することはない。機能停止に追い込むには脳の破壊、もしくは、頚椎の切断が必要になってくる。つまり脳の破壊、もしくは頚椎の切断に適切な武器を選ぶ必要がある。ここで大抵の者は「銃が最強だ」と意見を発する。確かに、銃を所持しており、精確に使用できればゾンビの脳を破壊することは容易い。しかし、世間一般の人に、銃を前準備できるか、否、まず無理である。そこで、世間一般の人が購入できる武器を考えていく。まず思いつくものとして、斧、薙刀、刀などの刃物だ、確かに、この手のものは、ホームセンターで購入することができる。しかし、ゾンビの脳の破壊、もしくは頚椎の切断が可能かといえば難しいところである。まず、刃物のため、頭蓋骨を突き破り脳を破壊することは、まず無理である。頚椎の切断に関しても、胸鎖乳突筋、板状筋を切り裂き、さらに、頚椎を切断するのは筋力的にまず不可能である。それならば、どのような武器が、ゾンビ排除に適していると考えられるか。実は鈍器が最も適切な武器なのである。鈍器といえば、トンカチ、金属バットなどが挙げられるが、ここでいう適切の鈍器とは持ち手の長いハンマーである。ハンマーは重心が先端にあり、梃の原理より凄まじい威力が出る。さらに長い持ち手の端を持ち、振り下ろすと、さらに威力が増す。この持ち手は一メートル前後が最も扱いやすいと考えられる。このハンマーでなら、頭蓋骨を突き破り脳を破壊することは容易い。そして、この手のハンマーは、どこのホームセンターでも販売している。購入した、食糧、武器は何時でも持ち出せるように家の分かりやすいところに保管しておくとよい。食糧、武器の事前準備に関しては、この程度の説明にしておく。

それでは、次に逃走先について説明していく。まず、バイオハザード発生時は家にいものとする。これは大抵の者が一日の大半を家で過ごすためである。家が過疎化の進んだ田舎にあれば、最高だが、大抵の者は、町中に住んでいると考えられる。町は人が多いため、

それに伴いゾンビも多く発生する。そのため、家から出ようとするものは、まずいない。だがしかし、これは、最悪の悪手である。なぜならば、バイオハザード発生時より、ゾンビの数は増え続ける、つまり、状況が好転することはない、好転するとしても、数カ月後のことである。数か月も家に閉じこもるのは、物資的に不可能なことである。それならば状況が悪化していない内に、町から脱出しようとするのが、最善の手であろう。家から出るときは、事前に準備しておいた、武器、食料を携帯してこと。家から出たあとは安全な場所に逃走するのだが、これについては、事前に調べておく必要がある。逃走先として適切な場所は、第一に、人が少ない田舎であること、これは、ゾンビがいたとしても、対処しやすいためである。第二に、しばらくは、そこで生活していくのだから、多くの食糧があること。第三に、町が近くにないことである。これは町から、ゾンビが移動してきたら、困るからである。この三つの条件を満たすためには、まず人口の多い東京、大阪は逃走先として除外される。つまり、東京、大阪在住の人は、県外に逃げる必要がある。そして、多くの食糧を確保するということは、その田舎が農業などをしており、自給自足している地域である必要がある。例を挙げるとしたら、山奥の集落、孤島などが挙げられる。しかし、孤島は、船で移動する必要があり、さらに、孤島内で感染者が発生した場合、逃走が非常に困難になってしまうため、逃走先としては、あまり適さないと考察される。

それでは、ここから逃走方法について説明していく。大抵の者は、家から出てすぐさま、乗用車に武器、食糧を乗せ、調査しておいた逃走先へと乗用車を走らせる。しかし、この手段は、使用している乗用車が装甲車だとしても、とらない方が身のためである。なぜならば、道路に乗用車などが放置され、通行できない状況である可能性が高いためと考えられるからである。装甲車ならば、それらを破壊しながら走行することができるが、移動速度は非常に遅くなり、逃走に支障をきたす。そうでなくとも、エンジン音、マフラー音などの大きい音は、ゾンビをおびき寄せてしまう可能性があり、非常に危険である。逃走手段として、最も適しているのは、徒歩である。徒歩での移動は非常に遅く、逃走先に着くのには数日を要する。しかし、徒歩での移動だと、道に障害物があろうと難なく進むことができ、そして何よりも、ゾンビの急な襲撃に対しても、速やかに対処することができる。それに、移動に際して物音をさほど立てないため、ゾンビに気付かれることも少ないと考えられる。

以上のことしっかりと守り、逃走先に着くことが出来たのなら、あとは、ただ静かにバイオハザードが沈静化するのを待つだけである。ゾンビは死体もどきがウイルスによって動いているだけなので、相当な寒さでない限り、肉が腐っていき機能停止する。季節によっても変ってくるが、夏だと早くて１週間、冬でも遅くて２，３か月で肉は腐ってしまう。再びテロ組織がウイルスを撒く事態が発生しない限り、半年以内にバイオハザードは沈静化するのである。某映画のように何年もウイルスが蔓延し続けることは、そう起きることではない。つまり、半年間、田舎で何事もなく過ごすことが出来たのなら、バイオハザードという名の人類にとってのカタストロフィからは生き残ったことになる。しかし、人類

全体で生き残る人数は決して多くないと予想され、文明が滅びることは免れない。生き残った者は、町に戻ってもしょうがないだろうから、その田舎で農業は始めるのも良いと考えられる。

みんなのアイドルになる方法♥

E科☆

アイドル、それは愛らしい容姿であり、周囲の者からの人気を集める様な人のことをいう。その周囲の者のことを「みんな」と言い換えて、「みんなのアイドル」となるのである。

初めに、性格面ではどうであろうか。

まず、誰にでもオープンであることが重要である。オープンでなく、なにを考えているわからない者には当然のごとく人気が集まらない。それでは、誰にでもオープンになる方法はどうしたらよいか。オープンということは心を開くということである。しかし、実際には心などという、ドアノブがついていない上に実在しないものを開くなど不可能である。それはテレビの幼児番組で行われるだけである。誰にでも心を開く、それは誰とでも気さくに会話を交わす、あるいは誰にでも親切な態度をとるということである。この様な態度をとることによって、周囲の者からの印象が急上昇というわけである。

しかし、必ずしもここで心の底から楽しく会話しよう、親切でいようと思わなければいけないということではない。人間であれば苦手な人は多かれ少なかれ誰でもいるものである。しかしながら、苦手な人に対してもオープンでなければみんなのアイドルではなくなってしまう。この場合は、表面上だけでもオープンでいれば済むのである。

また、可愛らしくいることも重要である。声が無駄に大きく口調の鋭い者は、人気者になるかもしれないが、周囲からみんなのアイドルとは認識されない。声の大きさは 60dB 前後が最適である。つまり普通の会話程度であるのだが、これが 70dB ともなると、それは周囲から疎ましく思われかねない。

口調も可愛らしくある必要がある。上から目線な言葉遣いは論外である。例を挙げると、「お前」「～だぜ」の場合、「〇〇くん、〇〇ちゃん、〇〇さん(〇〇 には呼びかける人の名前が入る)」「～なんだもん☆」が適切である。また、「〇〇殿」「～である」と堅すぎる口調でも可愛らしくない。手本とすると好ましいのは、近頃流行している、オネエのテレビタレント(マ●コ・デ●ックスを除く)である。これに該当する人たちは、口調の面では「みんなのアイドル」性は実に完璧である。perfect である。

しかし、これもまた自分の素の口調が上記の様なものである必要はない。つまり、いくら素の口調が鋭くても、自分を作って上記の様な口調を心がければ済むのである。可愛い子ぶっていれば良いのである。

次に、容姿面ではどうであろうか。

最も重要なものは、笑顔である。笑顔は、口角を引き上げるときに使う大頬骨筋、口角を外側に動かすときに使う頬筋、唇を動かしたり、前に突き出すときに使う口輪筋を駆使して作ることができる。良い笑顔は見るだけで幸せになれる。みんなのアイドルは、話さずとも周囲の人たちを幸せに出来なければならない。

しかし、これもまた常に自分が笑顔になるに相応しい気持ちでいる必要はない。人間であれば、退屈でつまらないときがあるはずである。そこで、「作り笑い」「愛想笑い」という技術が必要となってくるのである。心に楽しい気持ちはなくとも、先程挙げた 3 つの顔の筋肉を駆使すると作り笑いや愛想笑いは容易である。つまり、実際の気持ちはさほど関係なく、「作り笑い」が出来るかが重要である。作り笑いが出来れば、それで良いのである。

また、ファッションに気を配る必要がある。fashion である。外出するときは必ず流行のファッションを身に付けなければならない。人の印象はほぼ外見で決まると言われている。着用する衣類だけで印象を急上昇させるのである。そこで、印象を急上昇させるのに効率的なファッションアイテムは、「猫耳」である。これは、猫の耳のようなものが付属したカチューシャである。これを使用することによって、みんなのアイドルへの道が一気に近くなるのである。

また、忘れがちになってしまうのが、肌の手入れである。skin care である。顔面に大量に尋常性痤瘡(ざそう)、俗に言うニキビが見られる人はアイドルはかけ離れているといえる。この発症を防ぐために、毎日の洗顔、化粧水は欠かせない。同時に美白である必要もある。そのため、化粧水は美白成分が入っているものが好ましい。また、夏季においては外出の際、日焼け止めを顔面や腕、首に塗布するのも忘れてはならない。ここで効率よく美肌にみせることができるのは、ファンデーションである。foundation である。ファンデーションは顔面に塗布したあとに、化粧水で馴染ませるように伸ばすと、さらに効果的であると言われている。しかし、使用する人物が男性の場合、ファンデーションを使用していることが周知されると、気色悪く感じられる恐れがあるので注意しなければならない。

また、体、衣服の香りにも気を遣わなければならない。体臭によって周囲の人たちをねじ伏せることが出来る様な人はみんなのアイドルとは太陽から冥王星の距離よりかけ離れている。みんなのアイドルに相応しい人は、すれ違うだけで花畑へと瞬間移動できるような感覚にさせてしまう。これは香水などを使用するのが効果的だが、臭気の強い香水を使用するとかえって逆効果となり得ないので注意すべきである。

以上の様な事柄を全てこなすと、みんなのアイドルになれるのである。

表裏があるのは良くないのでは、と思う人もいるだろう。最後にそのように思う人たち

に告ぐ。
そのような甘いことを考えていては、トップに登り詰めることはできない。

ゴミをゴミ箱に入れる際の様式と注意点

EI 科

ゴミをゴミ箱に入れる、これは日常の生活上では非常にありふれた行為である。だが、この動作を細かに考察すると一般に認識されているよりも難解な動作なのである。この行為の様式、そしてどれほど難解で、かつ危険なものなのかを説明する。

まず、「ゴミ」がどのようなものなのかを定義する。「ゴミ」とは、一般に、自ら、かつ周囲の人間にとって不必要なもののことを指すとする。ここで大切なのは、「周囲の人間にとって」という事項である。もしも周囲の人間にとって必要なものがゴミ箱に入れられるようなことがあれば、その人の気分は大いに害されるであろう。これは、自らがその立場になった場合を考えれば容易に理解できるであろう。自らが必要な大切な本、電子機器、授業で用いるプリント類がゴミ箱に入れられていたら、そう考えて欲しい。また、もしもその人の気分を害した場合、その人からの報復により、自らにも肉体的、精神的に被害が出る場合もあるので危険である。もう一つ、注意点を述べるとすれば、「ゴミ」は「非生物」であることが前提である。たとえ、ゴミ箱に入れたいほどの人間がいたとしても、決してこの行為を実行してはいけない。この場合にも幾つかの危険が伴うからである。人間を運ぶ際に背に乗せることが多いが、その際に意図に気付いたその人間が後ろから攻撃を仕掛ける可能性があること、またはその人間の重さに自分が耐えきれずバランスを崩し、負傷する可能性もある。たとえ、運ぶことに成功しても、その人間を入れる先であるゴミ箱が破壊されることは目に見えている。ゴミを入れるはずのゴミ箱が「ゴミ」になってしまう、何とも滑稽な事例となってしまうのである。このように、「ゴミ」の定義のみに限っても注意点は幾つもあるのである。

さて、この定義に従いゴミ箱に入れるゴミを選別したら、次はゴミをゴミ箱前まで運搬し、ゴミ箱内に入れる、という作業である。なお、この作業は二つの様式に大別される。一方はゴミを体の部位を用い持ち運び、直接ゴミ箱に入れる方法。もう一方は何らかの方法を用いて自らはその場所から動かず、間接的にゴミ箱にゴミを入れる方法である。（便宜上、以後は前者を「直接法」、後者を「間接法」と称する。）

まず直接法だが、使用する体の部位は大概手となる。これは、手が握る、掴む、抱える

などの非常に多くの機能を有しているからである。手を使い、確実にゴミを持ち運ぶという、確実性があってこその手での直接法なのである。他に直接法として、足を用いる方法がある。これは体を寝かせているとき、起こすことができない、もしくは起こせない状態であり、更に自らの足の長さよりもゴミ箱が近くにある場合などに有効である。例えば、病気で入院し、上半身が不自由でベッドから動けなかったとき、ゴミが床に落ちたとする。この場合、足をベッドから伸ばし、足の指でゴミを掴み、ゴミ箱まで運ぶことでこの様式が成立する。この足での様式は、ある程度の慣れが必要であり、更に裸足であることが条件である。よって、直接法内では確実性のある手での様式に隠れがちである。

次に間接法だが、まず道具を使う様式がある。多種多様な道具の中でも主に用いられるものは、何かを掴み、遠くまで運ぶことが可能な道具、マジックハンドである。これにより、自らが動くことなくゴミをゴミ箱に入れることが可能である。しかし、これは自分とゴミ箱のまでの距離よりもマジックハンドの最大伸長距離が長い必要があり、限定的な様式である。また、道具の一部として、念力がある。念力によってゴミを浮かせ、ゴミ箱の上部まで運び落とすことにより、行為が実現できる。しかし、念力を使える人が限られており、仮に使えたとしても相当な修行が必要である。よって、これもまた非常に限定された様式である。間接法の次の様式として、投げ入れるというものがある。これは、自分とゴミ箱の距離、ゴミの重さ、そして風などの外的要因を十分考慮した計算の結果、投げる角度とその力を導出し、その結果に忠実に投げ入れる様式である。しかし、弱点として、計算の手間、結果に忠実にする必要があること、それらを外した場合、そこから直接法を用いる必要があるという手間が増えてしまう。よって、これは賭けの要素が強い様式である。これらの様式から、間接法は、特定の、または賭けの要素を含む、限定的に有効なものであると言える。

様式について説明したが、注意すべき危険が幾つか存在する。その代表的なものとして、「ゴミ」自体が危険性を持っている場合がある。上記した定義に従うと、「ゴミ」とは「自ら、かつ周囲の人間にとって不必要なもの」である。不必要なもの、つまりは使うことができなくなったもの、その中には破損して鋭利な部位を有するものも少なくは無いはずである。これらを持ち運ぶ際には十分注意しなければならない。鋭利な部分がもたらす危険は、様式によっては手などの出血や道具の破壊、またゴミ箱の破損などがある。このことを考慮し、鋭利な部分に保護をする等の対処が必要なのである。

このように、ゴミをゴミ箱に捨てるという行為は、様々な様式があり、それぞれに特徴や危険性がある。ゴミの判別を完璧にし、直接法、間接法、また、その中の様式の見極めを行い、危険性に十分注意した上でこの行為を行って、常に自分の周りを快適な状況にしておくことが大切である。

部屋を出る方法

EI科

「人間は社会的動物である」

この言葉は古代ギリシャの哲学者・アリストテレスが残したものである。人間は「社会」を作りその中で生きている動物であるという意味である。この時の「社会」とは複数名の人間によって作られる集団であることに注意しなければならない。現代において「社会」を形成するには自分以外の人間と接触することが必要であり、外出することが前提条件として存在する。そのためには現在その人間がいる部屋から出ることが必須となるのである。インターネットを用いた手段も存在するが、今回は割愛させていただく。

「部屋を出ること」とは、部屋の内部にいる人間がなんらかの事情により、なんらかの手段を用いて部屋の外部へと移動することである。

この場合の「部屋」とは断りがない限り、田舎でも都会でもない地域の築十年二階建て一軒家にある二階北東の角部屋（鍵付き）を指すものとし、部屋の持ち主は１８歳の男子とする。

「部屋を出ること」とは非常に高度な技術を要する超高等技法である。この取扱説明書を読んでいる者にはその点に注意していただきたい。

何事も事前に準備が必要であるのは当たり前のことである。よって、「部屋を出ること」にも準備が必要である。

第一に、部屋を出ても支障がないか考える。部屋を出る理由として学校に行くため、食事をとるため、遊びに来た女性の幼馴染と二人きりで部屋にいるにもかかわらず交際相手が家を訪ねてきたので対応をするため、などが考えられるが、大抵の場合は部屋を出ても支障はない。しかし、健康状態が著しく損なわれている場合や、親などから部屋を出てはいけないと伝えられている場合などは注意が必要である。前者は部屋を出ることによってさらなる健康状態の悪化が、後者は部屋を出たことが露見してしまった際に制裁が加えられることが予想される。

次に、部屋を出るために必要なものを考える。この際注意しなければいけないことは、ただ部屋を出るために必要なものだけではなく、部屋を出た後に必要になるものも視野に入れて考えなければならないことである。一般的には鍵や財布、携帯電話などが挙げられるが、本当に必要なものは別にある。それは、健康保険被保険者証（通称、保険証）である。理由として、部屋の外は危険で満ちていることが挙げられる。部屋を出た瞬間に頭上のライトが落下して頭部に当たって大怪我をしたり、紅世の徒に存在を喰われてトーチと

なってしまう可能性があるが、そういう時こそ保険証がその力を発揮する。また、非常に低い確率ではあるが、部屋を出た瞬間に T ウィルスに感染・発症する可能性がある。この場合も保険証があれば大丈夫である。よって、保険証＋αさえ持っていれば無事に部屋を出ることができるのである。

ここからは、実践編である「部屋を出る　基本編」を説明する。部屋を出ることは様々な場合分けができる。まず、ドアという部屋の出入り口に設置され内外を区切る建具の存在の有無という場合分けである。そもそも「部屋」とは、建物の空間を壁や建具で区切って独立して利用できるようにした空間のことを指す。つまり、ドアが無くても独立して利用できるのであれば、ある程度は個人の裁量でその空間が部屋であるといえるのである。ドアが無い場合はその仮想的な空間の区切りをそのまま通過すればよい。ドアがある場合だが、ここが「部屋を出ること」が超高等技法と謳われる所以である。部屋にドアがある場合は部屋の内外を区切る存在を取り払わなければいけない。そのため、ドアはそのほとんどが可動式である。ドアが動かない場合については後述の「部屋を出る　応用編」にて説明する。

ドアを動かすには、ドア自体に取り付けられたノブ、もしくは取っ手に手か指をかけ、ドアを動かしたい方向にノブもしくは取っ手を動かす必要がある。この「ドアを動かしたい方向」というのは、おおまかには2種類に分けられる。一つは左右方向にスライドする場合で、もう一つはドアの左右どちらかの端を軸とした回転運動をする場合である。前者はドアに窪みがあり、その窪みに指をかけ左右にスライドさせることにより開ける。後者はノブといわれる回転運動補助用の突起があり、それを握りこむように掴みドアの左右どちらかの端を軸に回転運動をさせることによりドアを開ける。しかし、このノブはただ動かすだけではドアは開かず、ノブ自体にノブが設置されている接点とその接平面との法線を軸とした回転運動を加えながらという条件が満たされねばならないのである。

最後に、「部屋を出る　応用編」である。ここでは、部屋を出ることが困難な状況下でいかにして部屋を出るかについて説明する。

最初の例は、「ドアが動かない」場合である。原因は複数考えられるが、地震などによる壁面の歪みによってドアが動かなくなった場合がほとんどであろう。この状況下に置かれたならば、部屋に閉じ込められ生命の危機すら視野に入る。この状況を脱するにはドアを破壊して部屋の内外の物理的区切りを取り払う必要がある。ドアの破壊には蹴る、鈍器で殴打する、ドリルで穴をあける、部屋の外にテレポートする、『収束』『発散』『吸収』『放出』の複合魔法『分解』でドアを構成元素に分解するという方法などがある。

次に、「出入り口が無い」場合である。何らかの事情で部屋の出入り口がない部屋にいる可能性も限りなくゼロに近いが、決してゼロでもない。この状況下に置かれたならば、前述の方法で壁面を破壊、通過する方法ができないわけでもない。しかし、そんな特異な状

況に置かれるからには何か事情があるはずである。例えば、誘拐・拉致監禁などが考えられる。もしそうならば、犯人から逃走できるだけの・犯人を制圧できるような能力が必要であるので、安易に部屋を出ないほうがよい。どうしても部屋を出たいのならば、部屋の中央で座禅を組み、自分の中の死神の力でも発現させればいい。

最後に、「遊びに来た女性の幼馴染と二人きりで部屋にいるにもかかわらず交際相手が家を訪ねてきたので対応をするために部屋を出る」場合を説明する。この状況下で最も重要なのは、いかに両者にそれぞれの存在を知られることなく交際相手をやり過ごすかということである。なぜなら、幼馴染はほぼ確実に部屋の持ち主に好意を抱いている。でなければ二人きりという状況は発生しにくいからである。そこに交際相手が登場したらその先に待ち構えているのはほぼ間違いなく「修羅場」という、第三者からの傍観はこの上なく面白いにもかかわらずいざ当事者になると途端に寿命を縮めさせる非常に凶悪な状況である。この状況を回避するには、交際相手を幼馴染がいない部屋にあげ、その間に幼馴染には帰ってもらうという方法が主流であるが、幼馴染がなかなか帰らない場合は交際相手の疑惑が時間経過とともに指数関数的に増えていくので注意が必要である。また、仮に幼馴染と交際相手が遭遇しても何も起こらなかったからといって油断は禁物である。特に、両者とも声は笑っているが目は笑っていない場合は本格的な修羅場に突入するため、今後の身の振り方に最大限の注意を払う必要がある。

このように、「部屋を出ること」とは限定条件下では非常に危険な行為であるが日常生活において欠かすことのできない行為なので、本説明書をよく読んだ上で実践するのが望ましい。無事に部屋を出れることを切に祈る。

お菓子の袋を開ける方法

EI科

菓子とは味覚や視覚、嗅覚、触覚といった人間の感覚にほどよい刺激を与える嗜好品の一種である。菓子には和菓子、洋菓子、駄菓子、生菓子などいくつかの種類が存在するが、ここでは一般的にビニール包装されているスナック菓子を菓子として定義する。本マニュアルでは菓子の包装紙を開封する方法を説明する。

まず初めに菓子を開封する環境と包装紙について確認する。スナック菓子は窒素封入されている場合が一般的である。もし菓子を開封する場所が標高の高い場所であるなら、包

装紙は膨張していることに違いない。また中身の菓子が見えているか、菓子の形状が把握できているかなどの情報も必要となってくる。なぜなら、開封の際、勢いあまって中身の菓子が飛び出す危険性が考えられるからである。飛び出した菓子が「とんがりコ●ン」のような円錐状の形状であったとしたら、眼球に直撃し光を失う可能性も皆無ではない。そのほかにもパーティーのような菓子のそばに飲料が置かれている場合、開封直後の腕や肘でグラスや缶を倒してしまう可能性もある。この時、倒れた容器に飲みかけの飲料が残っていたなら会場からブーイングの嵐を受けることは言うまでもない。このような不幸な事故を引き起こさないためにも細心の注意をはらい、環境と包装紙の確認をしていただきたい。

次に開封に進むための事前情報を頭に置いていただきたい。何人で食べるか、開封者の手は汚れていないか等が例として挙げられる。開封者の手が汚れていると、手で直接掴むタイプのスナック菓子に汚れが移り人体に影響を及ぼす可能性がある。袋を傾け、菓子に触れず直接、口内に流し込めばよいと考える者もいるであろう。その考えは間違ってはいない。だが、菓子に対し失礼だと筆者は考える。一つ一つの菓子が味付けされているのである。消費者は一つ一つ全ての菓子に感謝し、口にしてほしいものである。また、手や指先が脂ぎっていると袋を持った時、上手く袋を掴むことができない。よって包装の開封を試みる場合は入念な手洗いを推奨する。

さて、菓子を食す場合についてである。複数人で菓子を食す場合は「パーティー開け」と呼ばれる技を使用すると良い。(この技は一般的になりつつあるので、分からない場合は知っている人に教えを請うべし。よってここでの説明は省略する。)個人で菓子を嗜む場合は、自由に開けてもらって一向に構わないが、ここでは包装紙の上下にある鋸のような開け口を利用する「縦裂き」ではなく、表面と裏面を掴み、一思いに引き離す「片口開け」の方法を取ることとする。

事前情報が揃ったらいよいよ開封の段階に入る。まず、右手の親指、人差し指、中指で裏面をしっかり持ち、左手でも同じようにして表面をしっかり持つ。(この時、表面と裏面は左右逆の手で持ってもよい。)指三本では握力に自信が無いという人は全ての指や掌を使用し、全力で握ってもらえばよい。そうして袋をしっかりと持つことができたらば、次は徐々に力をかけていく。力のかけ具合の初期段階では男性が女性を扱うかの如く優しく、そこから少しずつ力を増していき最終段階では包装が開かない苛立ちを全てぶつけるかの如く荒々しく包装の表面と裏面を引き離す。この時注意すべき点は、決して我を忘れてはならない。先にも述べた通り、封入された菓子が飛び出す危険性があるからである。徐々に力をかけていく段階で、開封できる最低限の力を見つけてほしい。ゆっくりと開封することに成功したならば、労をねぎらわんとする甘美なスナック菓子の香りに身を委ね、しかと菓子を味わってもらいたい。

長々と書き綴ったが、包装の開け方は本来自由であり、何も規制されることは無い。本マニュアルは菓子の包装を開けたことの無い素人向けの物であり、基本をまとめたものに

過ぎない。これを基礎とし、各々の包装紙開封道を極めゆかんことを切に願う。

タコ焼きを食べる方法

EI科

多くの人々はタコ焼きと言うとタコが入っている丸い生地の上にソースや青ノリ、マヨネーズをトッピングとして口にする料理を想い出すであろう。そもそもタコ焼きとは、日本生まれの粉物料理の一種であり、水またはだし汁で溶いた小麦粉を多数の半球状の窪みのある鉄板に流し込み、生地の中にタコ（主にマダコかミズダコ）を入れて直径3〜5センチメートルほどの球形に焼き上げた、大阪発祥とされる料理である。その種類にはさまざまなものがあり、ソースではなく醤油をかけるタイプの醤油タコ焼や塩タレをかける塩タレタコ焼、一旦鉄板で焼いた後に油で揚げるという揚げタコ焼、生地にネギをたっぷり入れて焼き上げるネギタコ焼などがある。

さて、このようなタコ焼きを手に入れる方法は大きく分けて二つある。一つ目は、タコ焼き屋など、店で出来上がったものを買って食べる方法である。これは、熟練されたタコ焼き職人の手によって作られたタコ焼きを食べることができ、名の知られている店であるほど、外は「カリ」、中は「トロ」である場合が多く少々値段は高くなるが、口の中、人によっては体全体を快感に満たすことができる方法である。二つ目は、自らタコ焼きを作って食べる方法である。この方法には二パターンあり、スーパーで冷凍用のタコ焼きを食べるパターンと複数の人々を招待して行うタコ焼きパーティー（俗に言うタコパ）形式パターンがある。前者は、一人暮らしで料理するのが比較的苦手な人が多く使用するものであり、自宅の電子レンジに入れ、数分待つだけで出来てしまうので、出来上がるのを待っている間に気になるテレビをチェックすることができるなど、料理する手間が省けた分その時間を自分の好きなことに割り当てることができる。後者は、家族や友達などさまざまな人と交流することができるので、絆が深めることができる。両者ともに二つ目の方法は一つ目の方法と比較して、経済的に易しいという利点がある。

タコ焼きが手に入ったところで、次は食べる手順について説明する。タコ焼きはまず食べる前にタコ焼きの観察からしなければならない。このとき、かつおぶしがひらひら動いていた場合は非常にタコ焼きが熱い状態である。この状態のタコ焼きの内部温度は８０〜１００度近くまでになっており、何も知らずに口の中にいれてしまうとあまりの熱さから思わず吐き出してしまうことがある。この行為は周りから大変嫌な目つきでにらまれてし

まう。しかし、この行為に恥を感じ、我慢してしまうと口内の一部または大部分がやけどにより腫れ上がる、または水ぶくれができてしまい、ひどい時は一週間程度果物など甘酸っぱいものを食べると損傷部位がしみてしまい自由に食べられなくなってしまう。また、名人が作るタコ焼きは素人が作るタコ焼きよりも内部温度高いのでよりこのことにより気を張らなくてはならない。次に、前述したような観察に成功して、かつおぶしがひらひらと動いていた場合について説明する。この場合、まずタコ焼きを冷ますことから始めなくてはならない。冷ます方法としてさまざまなものがあるが、最もよく使われるのが息を吐くという行為である。この時、「う」という文字を発音するときの口の形をするとより効率よくタコ焼きの面に風を当てることができる。これをすることにより、より早くタコ焼きを冷ますことができる。お腹が減っている場合など、タコ焼きを早く口に運びたい状況のときはこれによる効果が期待されるが、この行為をおろそかにすると先ほど述べたような口内損傷に至るおそれがあるので注意しなければならない。また、これ以外（かつぶしがしなっているとき）の場合は、タコ焼きが出来上がってから五分以上の時間が経過している場合である。このときのタコ焼きは出来上がったときと比べ、味が悪くなっていることが多い。先ほど述べたように、名人と素人では出来上がったタコ焼きの内部温度に差がある。これはつまり、熱いタコ焼きの方が美味しいということを表しているのである。よって、この場合すぐさま電子レンジなどで温めることが望ましい。もし、近くに電子レンジ等の器具がなければすぐさま食べることを勧める。

ある程度タコ焼きが良い温度になったら、タコ焼きを口に運ぶ行為に移る。この時、爪楊枝を使用する。まず、利き手の親指と人差し指で爪楊枝がふらふらと動かないように固定して、とがっている方と反対の方の端を持つ（しっかりと固定できるのであれば他の指でも良い）。しっかり固定できたら、次に、タコ焼きに爪楊枝を刺す作業にはいる。この作業は、タコ焼きを口に運ぶ行為の中で最も重要な作業であり、これがしっかり出来ていないとせっかく出来上がったタコ焼きを口に入れる作業まで至らすことができずに、やむを得ず捨てることになってしまう。この作業は、まずタコ焼きの斜め四十五度上方から爪楊枝のとがっている部分をゆっくりタコ焼きに近づけることからはいる、十分タコ焼きと爪楊枝の距離が近くなったら、今度はタコ焼きの内部に爪楊枝を進めていく。このとき、タコ焼きの三分の二程度の深さまで爪楊枝を刺すことがポイントである。この深さが浅いと地面への落下の原因になってしまい、深すぎると指先とタコ焼きが接触することによりやけどしてしまう恐れがある。十分良い深さまで爪楊枝が達したら、タコ焼きを口に運ぶ作業にはいる。前の作業がしっかり行えていたらこの作業は容易である。口まで辿り着いたら次に口に入れる作業である。このとき、一口で口に入れてしまわないと、こぼれてしまうおそれがあるので、周りの目を気にせずに出来るだけ大きな「あ」を発音するような口を開けることが大切である。これで口に運ぶまでの手順は終了である。

最後に、口に入れてからである。口に入れてから最も注意しないとならないことはよく噛むことである。奥歯を使って十分にタコ焼きがドロドロになるまで噛み砕かないと、食

道でタコ焼きが詰まってしまい窒息死する恐れがあるので最後まで気を抜いてはいけない。このよく噛む作業は美味しくタコ焼きを頂くコツでもある。これは噛むことでタコ焼きに含まれているあらゆる食材のうまみ成分が引き出されるからである。これは、タコ焼き以外の他の食べ物でも言えることである。

以上のような方法があるが食べ方には個人差があり、この方法が最も良いものだとは限らない。

時計の針を動かす方法

EI 科

今や我々の日常生活に、時計は必需品である。時計が無くなった生活というのは考え難いものとなっている。

時計を動作させるのはモーターやゼンマイなどの機械であるが、就職難の昨今では、時計として時針や分針を動かす職業に就く人もいるかもしれない。そのような人には既存のマニュアルが存在しないので、ここで解説したい。

時計には大きく分けて二種類ある。アナログ時計とデジタル時計だ。デジタル時計には針が存在しないが、現時刻を示す方法として後述したい。

アナログ時計の場合、一番動かしいやすいのは秒針である。一秒は、時間の構成単位としては最も人間が把握しやすい時間単位である。幼い頃から時計と慣れ親しんでいる我々は、一秒の感覚が大体は身に付いている。しかし、やはり人間であるので、どうしても誤差が出てきてしまう。なので、時報を聞きながら秒針を動かすことをおすすめする。ちなみに時報の電話番号は１１７番である。しかし、文字盤の裏で針を動かす必要があるため、針をどれだけ動かしたのかが把握しづらく、いま針の先がどこを指しているのかを把握しづらい。よって常に度の計算を怠ることのないようにしなければならない。秒針を一秒に動かす量は、3 度である。ラジアンで表すならば $\pi/30$ だけ動かせばよい。

次に分針と時針である。時報などで秒が正しく刻めているのであれば、ちょうど針が十二時のところを指した時に、分針なら 3 度もしくは $\pi/30$ ラジアン、時針なら 15 度もしくは $\pi/6$ ラジアン進めるだけで良い。しかし、時々時報を聞いて確認するのが望ましい。また分針、時針ともに、自然な時計として動かしたいのであれば徐々に動かしていく必要がある。

デジタル時計の場合は、液晶画面を操作することになるのが大半である。液晶から十数本ほどの導線が伸びているはずなので、そこを操作して文字盤の表示される様子を確かめなければいけない。これはもちろん時計によって異なる。あとはアナログ時計と同じように時間を刻めばよい。デジタル時計で数字を表す場合は、一つの数字を表わすのに七つの領域を使用する場合が非常に多い。時に二桁、分に二桁、秒に二桁の六桁それぞれに七つの領域が存在し、把握しなければならない領域は四十二にものぼる。これだけの領域を自分の記憶のみで把握、予測、変化させるのは至難の技と思われる。紙などに計算や適宜メモをとりながら時を刻む必要がある。この際に、感電には十分に注意しなければならない。また最近のデジタル時計には、気温や湿度も表示する製品があるが、それについての計測方法などの解説は、ここでは割愛する。

時を刻んでいるうちに、ふといま針がどの時刻を指しているのかわからなくなってしまうことがある。デジタル時計の場合は、時報を聞いて修正することができるが、針先が見えないと思われるアナログ時計ではこれが不可能である。

この場合は、まず針から手を放し、針を重力に従って真下を向くようにする。このときに、時計は六時三十分三十秒を指しているのは明らかであるので、前述した角度の計算をし、まずは十二時零分零秒を指してから時報の示す時刻に針を進めるのがよい。ただ、この光景は時計を使用する者から見ると、壊れているようにしか見えず、時計の廃棄処分につながり、せっかく手に入れた職を失ってしまうことになるので、誰にも見られていない深夜に行うことが望ましい。

このマニュアルによって、皆さんの時計職が円滑に行われることを願うのみである。

授業中に無差別殺人犯が侵入してきた際の対処方法

EI 科

このマニュアルでは小中高生ならだれもが妄想するであろう、授業中に無差別殺人犯が侵入きた際の対処方法を紹介する。また、この妄想をする多くが男性であり、なおかつ、その際にクラスに存在する好意をよせる女の子をいかにかっこよく守るか、について考えるため、ここでは、無差別殺人犯が授業中にクラスに侵入してきた際、意中の女子と自分

の命を守る方法についてのマニュアルとする。

最初に、この殺人犯の侵入については多くのパターンが存在し、ここでは書ききれなくなる恐れがあるため、ある程度の前提条件を設ける。犯人の侵入場所として、国立福井高等専門学校、電子情報棟 1F の教室（現 3EI)。犯人の体格は日本人の平均的体長である身長 170cm、体重 60kg 程度。武装として警官から奪った拳銃および刃渡り 15cm 以上のナイフを所持。服装はジャージに T シャツ。主人公となる、このマニュアルを読んでいる貴方の席は教室の真ん中で意中の女子はその隣の席とする。さらに、これを読む者であるなら当然のように胸ポケットには厚い金属プレート、もしくは 300 ページ以上に及ぶ文庫本などが入っているとする。もし、今、現時点で入っていないようならば、翌日からこれを常備するようにと注意書きをさせてもらう。話は少しずれてしまったが、以上の条件のもとでの対処方法を論述する。

まず、最初に犯人の教室占領から始まるが、この侵入箇所として廊下側のドアからの侵入、外の窓からの侵入、教室の天井を突き破っての侵入、地下から床を破っての侵入などが考えられる。天井を突き破っての侵入は上の教室である電子情報棟２階の教室（現 4EI)の占拠が必須であり、その際には必ず騒ぎが起こり、異変に気づいた 3EI の生徒たちが事前に逃げ出し、話が成立しなくなるため除外する。また、地下からの侵入ともあるが、福井高専に地下は存在せず、床からの侵入など困難にも程があるためこれも除外する。ここで窓からの侵入と廊下側のドアからの侵入の２つが残る。窓からの侵入の場合、窓枠を飛び越える際に非常に手間がかかり、拳銃の使用さえされなければその間に逃げ出すことは容易である。この状況において拳銃を使用された場合だが、警官から奪ったとする拳銃のニューナンブ式 38 口径だが、これは訓練不足の日本警官でも扱いやすいようにと反動が少なく命中しやすいものが使用されている。そのため威力は低く、机を盾にすることにより、多少の傷はやむを得ないが確実に命を落とすことはないと保証する。この時、意中の女子に対しクールに「安心して。俺の後ろに隠れて」などと声をかければ、もう女子の心は鷲掴みである。そして、机を盾にしている間の対処法だが、ここで使用さている拳銃は装弾数が 5 発と少なく、犯人が弾を使いきってしまうのを待つのが良策である。犯人が弾を使い切る前に刃物を持ってにじみよってきた際は椅子を持って全力疾走で逃げることをすすめる。椅子は武器にも防具にも変化しやすく、机に比べ軽量のため、この状態内での携帯に非常に便利といえる。左手に椅子、右手には女子の手を握り、女子を追い越し過ぎない程度に全力疾走するのが好ましい。

次に廊下側からの侵入をされた場合だが、この際の対処に関しては大変困難を極める。最も侵入の可能性が高いこの経路だが、まず、ドアの近くにいる生徒が拳銃で打たれる、刃物による肺、胃、小腸、大腸、心臓、脳などの重要器官の刺傷、動脈の切断により出血多量などによる重症が考えられるが、大変不謹慎かつ遺憾ではあるがこのマニュアル内では今回の犠牲は仕方のないものする。ここでクラスメイトの突然の事態に対し、クラス中がパニック状態に陥ることが予測される。しかし、ここでは冷静な判断が必要とされる。

安易に即座に逃げ出そうと試みると拳銃で撃たれ、最悪の場合、死に至る可能性がある。そこで取るべき手段は一つ。ここでも机を盾にすることである。この時、意中の女子に対し情熱的に「安心して。俺の後ろに隠れて。君の命は僕が守る」などと声をかければ、もう女子の心も身体も鷲掴みである。再び机を盾にしている間の対処法だが、やはり弾を使い切るのを待つことである。犯人が拳銃の弾を使いきらなかった際は、ここでは先ほどとは違い、ドアが塞がれているため窓からの脱出を行う必要が出てくる。それ故に逃げ出すことが難しくなる。このような状況の際、男としてすることは決まっている。自分の命を犠牲にしてでも意中の女子を守りぬくことである。この場合、椅子を防具としてではなく武器として扱う。椅子の背のパイプを両手でつかみ、天井に垂直になるよう椅子を振り上げ、犯人の頭をめがけ振り下ろす。この行動が完遂する前に、犯人に拳銃で打たれるなどして行動が失敗に終わる可能性が存在する、しかし、ここで終わることは許されない。犯人を止めることができなかった際、次にすることは拳銃の弾を使い切らせることである。故に地面に倒れるなどの行動は行えない。必ず立たなければならない。必要になるものは根性。これだけである。意中の女子を守るため。このためならば男子にとってはたやすいことである。このマニュアルを読んだものならば、この方法をとったとしても胸ポケットに入れたお守りが生存確率を向上させ、犯人から意中の女子と自分を守ることが可能であろう。あとは警察が駆けつけ犯人が取り押さえられるのを待つだけである。

これにてこのマニュアルの説明は終了とする。

ユング心理学を学ぶ

EI 科

自分の心と向き合うことは容易ではない。心と見つめ合うということは自分を知り、自分を成長させる重要な行為である。それがいかに難しいかは各々の経験より明白であろう。そこで精神医ユングが築き上げた心理学を紹介しようと思う。これがマニュアルを読んでいるあなたにとって自らの心を向き合うためのきっかけなどになれば良いと思う。ユング心理学とは“人の心”を研究する学問である。自分の心には別の自分が潜んでいる。専門用語でペルソナ、シャドウと呼ばれる。ペルソナとは他者と関わるときに現れる“別の自分”であり、相手が期待しているだろう自分、こう思われたい自分である。ペルソナとは仮面のようなもので“自分はこういうものである。”とアピールすることであなたと外の世界をつなぎ仲介役となる者たちである。反対にシャドウとは嫌がって否定している自分で

あり、眼をそむけている自分である。あなたが悪として心に抑え込んできた者たちである。普段生活しているだけでは感知できないペルソナやシャドウはどこに潜在するか。それは無意識の中に潜んでいる。・・・ここからユング心理学では無意識、タイプ論へと発展する。しかし、ここでは心との向き合い方に重点を置こうと思う。よって、ここで説明を打ち止めする。

ペルソナ、シャドウがなんたるかを知った上で先に進もうと思う。自分自身の心と向き合うのが怖い者はここでマニュアルを閉じて自分の気持ちと向き合う覚悟が出来てからこのマニュアルを読んでほしい。あなたが自分とは何か、自分の存在とはと疑問に思った時ここに記すユング心理学を参照して学ぶことを提案する。これは青春時代に自分自身について悩んでいる者に多い自問であることが多い。まず、心と向き合うにはなるべく一人になれるお風呂、トイレ、寝る前の眼を閉じている時などといった場所や時が望ましい。ここでひとつ、質問しよう。“今日もそれなりの量の課題が出た。どこかに遊びに行こうと思っていたのにもかかわらずに、である。この場合あなたは課題と遊びどちらを取るか。”宿題を選んだあなたにとっての“善”とは宿題をやる勤勉さであり、その反面遊びに行くルーズさを嫌ったということになる。怠惰はあなたにとって“悪”と判断されたということになる。この怠惰こそがあなたにとって一つのシャドウの表れである。遊びを選んだあなたにとっての“善”とは遊びに行く享楽であり、その反面好きでもない課題をやる苦痛は“悪”だと判断されたということになる。故に苦痛はあなたのシャドウの表れなのである。ここで二つの選択肢のうち一つしか選ばれなかった。しかし、他方を選ぶことは不可能ではなかったはずである。つまり、それは可能性のあったもう一つの道なのである。あなたが選ばなかった道であるシャドウ、それはすなわち、もう一人のあなただったということになる。シャドウは選ばれなかったもう一人の自分でもあるということに気付いてほしい。嫌われ者、不快感を与えるシャドウは“消えてしまえばよいのに“といった意識側からの圧迫を受ける。それでも、自分の心からシャドウを消すことは大変に難しい。しかし、シャドウは私たちが視点を変えることによって私たちの心の感じ方や価値観に厚みを与えてくれる大切な一面である。よって、シャドウを消すことは心を痩させることと同義であると言える。ユングはその性質を見抜き、シャドウに対しては消そうとするのではなく、認め、向き合い、対話することを勧めている。シャドウを認めることで人間は心を成長させることが出来るのである。”もう一人の自分“としての価値を認めることができれば、すんなりシャドウと付き合えるに違いない。次に、ペルソナだがこの言葉はラテン語で“仮面”と意味を持つ。仮面とは役を演じるための道具である。あなたも他人にこう思われたいと思う自分を演じている部分があるのではないか。人間が演じることで進むのは社会である。人と人、人同士、人の集まりが社会を築くときに機能するペルソナを生まれながらにして個人が持っている。つまり、人の心はスタンドアローンではなくネットワークであると言える。そう考えると、ペルソナはありのままの自分で生きたいという正直さを否定

している。自分とは何かと迷う人もいるはずである。これは自我とペルソナがせめぎ合っている状態である。それが人生を作り出していると言える。自らが身につける仮面（ペルソナ）が自分と合っていないと心が衰弱し、体も不調になってくるのはもう明白であろう。これより、自分に合っていない仮面をつけるのは負担になると言う事を言いたい。周りの人に対してペルソナを使い続けていると、どれが本当の自分かわからなくなり、自我が無くなっていってしまう。よって、ペルソナには自我を乗っ取ってしまうといった危険な側面も持っていることが分かる。自我がペルソナを使いこなす、これが目標である。

ユング心理学について学ぶときの注意点について解説する。自分自身を偽ることなく人生を歩むことは難しい。自分とは何か、自分の存在とは何か、いろんな心の葛藤があるであろう。その時、自分の内に潜んでいるシャドウを迫害せず、ちゃんと向き合うべきである。それは、険しく困難な道である。しかし、シャドウを認め、自分自身と話し合うことで新たな自分の一面を得ることが出来、心が成長していく。自分自身の心ととことん話し合うことこそが大事である。長い時間がかかってもかまわない。自分の心としっかりと向き合い、逃げないでほしい。一番伝えたいことはペルソナ、シャドウ、この両者はまぎれもない自分自身なのであるということである。

最後になるが、自分自身を見つめ、自分とはどういう人間であるのかが大体分かってきたら今度は他人とのコミュニケーションにチャレンジしてみてほしい。絆の力とは思いがけないパワーを発揮する時があるからである。メタい発言だがこのマニュアルは役に立たないものを書かなければならないのに読み返してみると、このマニュアルは案外役に立つではないか。困ったものである。